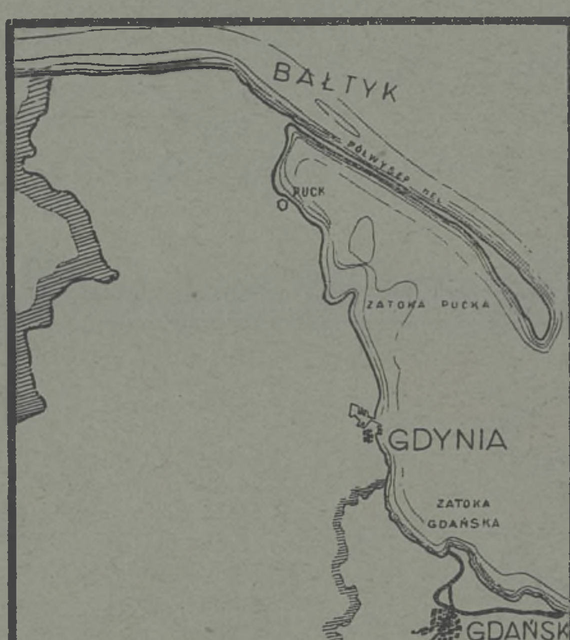
MÓJ DOM

DWUTYGODNIK

R. II | 30 czerwca 1939 r. | Nr. 12

NIE DAMY SIĘ ODEPCHNĄĆ OD BAŁTYKU!



Program morski:

zapewni stałość rozwoju marynarki wojennej i handlowej,
ożywi specjalne rodzaje przemysłu i rzemiosła,
broni bogactwa narodowego,
wzmocni potencjał obrony państwa,
otworzy nowe warsztaty pracy i nowe możliwości produkcyjne,

gwarantuje bezpieczeństwo handlu morskiego,
zapewni zawieranie korzystnych umów międzynarodowych,
jest czynnikiem dyplomatycznym i reprezentacyjnym,
zwiększy ufność wychodźtwa w siłę macierzy,
wpłynie na ukształtowanie się stosunków politycznych i handlowych

umożliwia dowóz drogą morską sprzętu wojennego,
utrwali sojusze, zahamuje zakusy nieprzyjaciół,
niszczy nieprzyjaciela,
w narodzie spotęguje ufność w siłę zbrojną Polski i w owocność poczynionych wysiłków.

Dogotowywacz

Dogotowywacz oddaje duże usługi w każdym gospodarstwie, szczególniej podczas wojny, gdzie bardziej niż zwykle zależy na oszczędności czasu, opału i pracy.

To też każda dobra gospodyni winna się zaopatrzyć w dogotowywacz.

Jest to skrzynia drewniana, oparta na tych samych zasadach co termos. Zagotowane uprzednio potrawy wstawione w taką skrzynię, dogotowywują się własnym ciepłem. Używając dogotowywacza oszczędzamy na czasie Robiąc np. na obiad jakąś zupę, mięso duszone i kaszę zagotowujemy wszystko choćby na prymusie i wstawiamy do dogotowywacza. Możemy sobie później wyjść na parę godzin na plażę, czy do lasu i potrawy będą gotowe. Po przyjściu dorabiamy na prędce jakiś deser i sałatę, podprawiamy zupę i sos surową śmietaną i możemy obiad podać.

Ponieważ potrawy, które mają być wstawione do dogotowywacza gotujemy przedtem tylko 3 do 15 minut, zrozumiałą jest rzeczą, że oszczędzamy sporo opału. Dogotowywacz ma jeszcze i tę dobrą stronę, że nie potrzebujemy palić w kuchni przez parę godzin, co zwłaszcza, podczas upałów ma duże znaczenie; garnki się mniej niszczą, potrawy się nie przypalają.

Jeżeli, któremuś z domowników mamy podać obiad później, nie potrzebujemy go odgrzewać, tylko wstawiamy do dogotowywacza i utrzyma ciepło parę godzin.

Wyliczając jednak tyle zalet dogotowywacza, musimy powiedzieć i o jego stronie ujemnej.

Otóż nie wszystkie potrawy można gotować w dogotowywaczu. Jak wiemy są takie potrawy, które powinno się gotować szybko i na dużym ogniu, gdyż długie gotowanie niszczy witaminy.

W dogotowywaczu można więc gotować tylko pewne potrawy. Do nich należą: wszelkiego rodzaju kasze, ryż, groch, fasola, soczewica, soja, mięso duszone i gotowane, oraz niektóre zupy.

Musimy jednak się starać, żeby wszystkie te potrawy po ugotowaniu doprawiać surową śmietaną, surowym masłem, żółtkiem, kwasem z kapusty, buraków, - żórawin, - rabarbaru, - ogórków kwaszonych, sokiem cytrynowym i t. p.

Potrawy w dogotowywaczu gotują się zwykle dwa razy dłużej, niż na ogniu, dlatego też trzeba je wstawiać dość wcześnie.

Dogotowywacz najlepiej zrobić samemu. Obstalować szczelną skrzynkę drewnianą (grubości 2½ cm), z dokładnie dopasowaną pokrywą.

Dno i boki skrzynki wyłożyć arkuszami azbestu, w braku tegoż, kilkoma gazetami. Na spód położyć warstwę waty drzewnej, siana, albo zmiętych kawałków gazet, ubić dobrze, na to postawić obok siebie dwa garnki, w których mamy dogotowywać potrawy, następnie kłaść watę drzewną, siano, czy zmięte gazety i mocno upychać. Gdy już więcej wepchać nie można, wziąć kawałek surówki wielkości powierzchni skrzynki, przypiąć surówkę pluskiewkami do boków skrzynki, na garnki wyciąć dwa okrągłe otwory, garnki wyjąć. Wykroić z surówki dwa kółka wielkości dna garnka (dodając 1 cm na szerokość szwu), uciąć prosty pasek taki szeroki, jaka jest wysokość garnka i przyszyć go do kółka. W ten sposób otrzymujemy rodzaj pokrowca. Pokrowiec ten dopasowujemy dokładnie i przybijamy gwoździkami do brzegów skrzynki oraz do podstawy.

Teraz trzeba zrobić poduszkę wypchać ją sianem, przepikować w paru miejscach i dogotowywacz gotów.



Chcąc dogotowywać potrawy w dogotowywaczu, trzeba je uprzednio zagotować na ogniu i wrzące nakryte pokrywką, wstawić do dogotowywaczu, przykryć poduszką, zamknąć wiekiem i po paru godzinach potrawy będą gotowe.

Poniżej podajemy kilka potraw, z dogotowywacza, wybranych z książki Zofii Czerny p. t. „Przyrządzanie potraw." Wyd. Książnicy Atlas 1936 r. stron 495. Cena 24 zł.

ZUPA Z BIAŁEJ FASOLI Z ZACIERKĄ.

Proporcja:

15 dkg fasoli białej drobnej
przegotowana zimna woda.
20 dkg jarzyny
1½ l. wody (wraz z wodą pozostałą z namoczenia fasoli).

Zacierka:

8 dkg mąki
1 jaje
woda, sól
2 dkg tłuszczu
2 dkg cebuli, sól, pieprz, zielona pietruszka.

Wykonanie:

Fasolę namoczyć poprzedniego dnia w przegotowanej, zimnej wodzie; jarzyny opłókać, oczyścić, zetrzeć na tarce; przyrządzić ciasto, zetrzeć zacierkę; zrumienić cebulkę na tłuszczu; do naczynia z dogotowywacza włożyć wszystkie składniki oprócz zacierki, dodać wodę na zupę, soli, nakryć, gotować 10 min od zawrzenia; ustawić do dogotowywacza na 3 godziny wyjąć, ugotować zacierkę, dodać zielonej pietruszki, wlać do wazy.

ZUPA POZNAŃSKA.

Proporcja:

5 dkg tłuszczu
2 dkg cebuli
3 dkg mąki
1½ l. wody
35 dkg ziemniaków
sól
20 dkg jarzyny
1 dkg grzybków
ziele ang. liść bobkowy, sok z cytryny.

Wykonanie:

Cebulę pokrajać, zrumienić z tłuszczem na jasny kolor; na tłuszcz z cebulą wsypać mąkę, zrumienić na ciemny kolor, odstawić; rozprawić zimną wodą, mieszając zagotować; obrać ziemniaki, pokrajać w kostkę; jarzyny i grzyby opłókać, oczyścić, jarzyny zetrzeć na tarce; do naczynia z dogotowywacza włożyć wszystkie składniki (zasmażkę, ziemniaki, jarzynę, grzyby), dodać wody, soli, przypraw, przykryć, gotować 10 minut od zagotowania; wstawić do dogotowywacza na 2½ godz. wyjąć, dodać soku z cytryny, wlać do wazy.

KASZA KRAKOWSKA Z RODZYNKAMI.

Proporcja:

35 dkg kaszy
1½ białka
1½ razy tyle mleka ile było kaszy
4 dkg tłuszczu
sól i cukier do smaku
5 dkg rodzynków
tłuczony cynamon.

Wykonanie:

Kaszę zważyć, zmieszyć, zatrzeć jajem na półmisku ogniotrwałym, rozłożyć cienką warstwą, wysuszyć w ciepłym piekarniku; zagotować 1½ razy tyle mleka lub wody, ile było kaszy, dodać soli, tłuszczu; na wrzący płyn wsypać kaszę, gotować na wolnym ogniu tak długo, dopóki mleko nie wsiąknie w kaszę; rodzynki opłókać, obrać z szypułek; dodać cukru do smaku, rodzynki, cynamon, wymieszać, nakryć włożyć do dogotowywacza na 1½ godz. po wyjęciu widelcem jak grabiami oddzielić krupki od siebie. Podawać z sokiem owocowym, z bitą śmietaną lub posypaną cukrem.

(D. c. n.)

GDAŃSK

Warto, wobec dzisiejszych hitlerowskich pretensyj do Gdańska, sięgnąć do historii i przypomnieć, jak to samo miasto broniło się kiedyś przed pruskim zaborem, trwając wiernie i zdecydowanie przy odwiecznych historycznych, jak i naturalnych związkach, łączących je z Polską.

Prusacy nie wkroczyli do Gdańska przez triumfalne bramy. Nikt ich radośnie nie witał. Przeciwnie, zajęciu Gdańska towarzyszył długotrwały, bo trzydziestoletni okres ciągłych walk, zapasów i zmagań od 1764 do 1793 roku, w którym, ostatecznie, krwią własną na barykadach podpisali Gdańszczanie swoją kapitulację, przyjmując z rozpaczą narzucone im poniewoli jarzmo pruskie.

Oto dowody. Obrazują one aż zadość wymownie repertuar pruskich metod posługujących się zarówno szantażem, bezprawiem, gwałtem, jak i barbarzyńskim okrucieństwem.

Rok 1764. Król pruski Fryderyk II, zwany „Wielkim", widząc wtedy Polskę osłabioną, pozbawioną silnej armii i mocnych rządów, na samym wstępie panowania Stanisława Augusta wyciągnął chciwą rękę po ujście Wisły. Aby pozbawić Gdańsk normalnej łączności z Rzplitą, i podważając handlowe zyski miasta, nagiąć je do własnej woli,— zatamował spław wiślany. W tym celu, najzupełniej bezprawnie założył król pruski komorę celną w dolnym biegu Wisły opodal Kwidzynia. Obsadził ją wojskiem i pod grozą armat ustanowił niepomiernie wysokie opłaty celne, narażając przy tym wiślany przewóz na nieustanne szykany, rewizje i represje.

Z kolei Fryderyk II-go przedzierzgnął się w gdańskiego „opiekuna" i „dobroczyńcę". Oto, w 1767 r. wystąpił on w obronie protestanckiej wiary, uciskanej rzekomo przez Rzplitą w Gdańsku. Daremnie tłumaczyli mu gdańscy rajcowie, że „im się żadna krzywda na wierze nie dzieje, iżby jej mieli na polskiej koronie dochodzić.

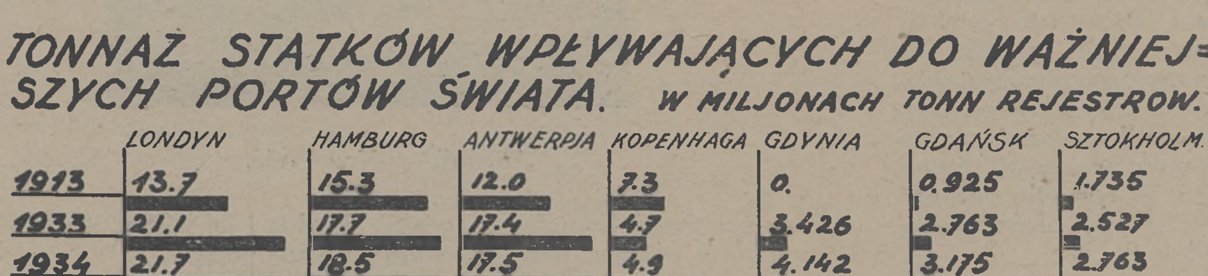
Rok 1770-ty był widownią innych metod pruskich, tym razem wręcz fantastycznych. Król pruski upominał się mianowicie o 4.000 dezerterów, zbiegłych jakoby z pruskiego wojska do Gdańska. Była to bezczelność bijąca w oczy. Pod tym jednak pozorem przeszły wojska pruskie przez całe terytorium Gdańska, przeprowadzając po drodze przymusowy werbunek wśród ludności. Najdowolniej też przy tej sposobności ściągnął wówczas król pruski kontrybucję w sumie 200.000 dukatów.

W rok potem, rozciągnął Fryderyk II swą kuratelę nad Gdańskiem w sposób niemniej szczególny. Oto, pod pozorem epidemii otoczył miasto ‚higienicznym kordonem wojsk", za co kazał sobie wypłacać 100.000 dukatów rocznie (1771—1772 r.).

Mimo dotychczasowe „dobroczynne" zabiegi, pomylił się jednak Fryderyk II-gi w swych rachubach. Przy pierwszym rozbiorze Polski, nie zagarnął Gdańskiem. Przyczynili się już do tego sami Gdańszczanie. Znienawidzili przecież pruskie sąsiedztwo. Nazbyt już zaszło im ono na skórę. Wówczas to, nie mogąc doczekać się zbrojnej pomocy Polski przeciw pruskim zakusom zaborczym, — zwrócili się oni o interwencję dyplomatyczną do Anglii, Stanów Generalnych Holenderskich, a nawet do samej Rosji. W rezultacie, Frydryk II podpisał formalne oświadczenie, że „resztę Prus zabiera... tytułem odszkodowania za Gdańsk". Ale i w tym wypadku złamał tę haniebną umowę. Bo zaciśnąwszy blokadę celną wokół Gdańska, niebawem, nie pytając się nikogo o zdanie, cichaczem, zajął Langfuhr, Hel, a przede wszystkim port w Neufahrwasser, gdzie odtąd zaczął ściągać opłaty od przypływających statków na rzecz skarbu pruskiego. Dowóz żywności do Gdańska został przy tym wstrzymany. Król pruski sądził, że miasto samo podda mu się — z głodu i nędzy.

Było to już świadectwem nie tylko jawnego gwałtu, ale i barbarzyńskiego okrucieństwa. Ale i wobec takiej przemocy, Gdańsk się nie ugiął. Mieszczanie okrzyknęli zgodnie, że „wolą raczej, aby ich w zwaliskach miasta zagrzebano, niżby mieli zezwolić na żądane zwierzchnictwo". Gmina Gdańsk zagroziła przy tym śmiercią każdemu, ktoby chciał działać przeciwnie. Prezydentowi pruskiemu zagroziła ludność





	Londyn	Hamburg	Antwerpja	Kopenhaga	Gdynia	Gdańsk	Sztokholm
1935	21.8	15.6	18.0	5.1	4.559	2.844	2.794
1936	22.3	16.4	18.6	5.5	4.920	3.295	3.043
1937	22.5	17.6	20.5	5.7	5.638	4.026	3.353
1938	23.1	18.3	21.3	5.9	6.120	4.321	3.573

śmiercią, gdyby się pokazał na ulicy. Ucisk krzyżacki odżył w pamięci Gdańszczan w obliczu bezprawnych gwałtów i zdzierstw pruskich.

Wówczas to Fryderyk II zdobył się na czyn potworny. Wydał rozkaz odprowadzenie biegu Raduni, zaopatrującej Gdańska w wodę słodką, i odcięcia wodociągów miejskich, aby w ten sposób zmusić miasto do uległości. Dopiero po kilkunastu dniach cofnął to zarządzenie, i to jedynie w obawie przed skandalem europejskim.

Frydryk Wilhelm II, jego następca, nie porzucił najgwałtowniejszych metod wobec nieustępliwego oporu Gdańska, trwającgo nadal wiernie przy Rzplitej. Nie mógł ścierpieć przelicznych głosów mieszczan gdańskich, błagających Polskę na Sejmie Czteroletnim o śpieszny ratunek przeciw gwałtom pruskim.



1935 4.778 1936 4.911
1937 5.766 1938 6.246

Tymczasm korzystniej od wszelkich, stosowanych przez Prusaków metod, przysłużyła im się Targowica, będąca wstępem do drugiego rozbioru Polski. Król pruski bowiem, zajmując Wielkopolskę, Kujawy oraz część Mazowsza, miał wtedy zagrnąć i Gdańsk. Ale w mieście tym okrzepła już myśl walki na śmierć i życie za sprawę polską.

Wówczas to por. Stanisław Fiszer, a po nim i generał Dąbrowski powziął plan zgromadzenia armii polskiej w Gdańsku celem orężnego przeciwstawienia się Prusakom. Wprawdzie plan ten nie doszedł do skutku, niemniej sami mieszczanie gdańscy postanowili bronić się do upadłego. W tym celu powołali pod broń 7.000 gwardii obywatelskiej i uzbroili 8.000 ludu.

Pruski generał Brünneck, który miał zająć Gdańsk niespodziewanym zbrojnym napadem (durch eine Surprise), nie chciał w tych warunkach ryzykować. Musiał więc Fryderyk Wilhelm zabrać się znów do starych, dawnych krętactw. Ogłosił miasto za „zjakobinizowane”, przesiąknięte grzesznym duchem rewolucji francuskiej. Zażądał wydania siewców rewolucyjnych idei, pod pozorem, że ich działalność zagraża bezpieczeństwu sąsiednich Prus.

Z osobną deklaracją wystąpił wtedy Fryderyk Wilhelm do Gdańska, żądając złożenia broni. Dokument to piętnujący zabór pruski. M. in. mowa w nim wyraźnie: „o mało przyjaznych sentymentach Gdańska od wielu lat ku królowi pruskiemu”, o „złe rozumianej wolności, i wręcz „o przywiązaniu do polskich spiskowców...”

Z deklaracją tą, w marcu 1793 r., na czele licznych wojsk stanął pruski generał Raumer pod murami miasta. Senat gdański przez trzy dni obradował nad sytuacją. W końcu, wystosował do króla Stanisława Augusta pamiętne pismo, że „pozbawiony wszelkiej rady i wsparcia, zmuszony jest ulec przeważnej sile nieprzyjacielskiej dla zabieżenia doszczętnej ruinie miasta”. Z drugiej strony, oddając się z musu w ręce pruskie, senat gdański domagał się zachowania autonomii miasta, jego praw do portu, bezpieczeństwa handlu i t. d. Była to więc zawarowana warunkami kapitulacja nie zaś zwykłe poddanie się okupacji.

Ale i z taką myślą, żadną miarą nie chciała się ludność Gdańska pogodzić. Tłum otoczył ratusz. Miasto zawrzało gniewem. Podpalono śpichrze znanych senatorów, wznosząc okrzyki przeciw zdrajcom. Rzucono się do arsenału. W mig, rozchwytano broń. Na przedmieściach wzniesiono barykady. Na wałach, stanęli mieszczanie, wszystkie cechy, a z nimi korporacje Trzeciego Ordynku. I zagrzmiały armaty... Tak powitał Gdańsk nadciągające kolumny wojsk pruskich w Wielki Czwartek 1793 roku.



„Pilsudski“ w New Yorku.

Przyszło do krwawego starcia. Setki trupów usiało pobojowisko. Po kilkudniowej walce zwycięstwo przypadło oczywiście pruskiej przemocy. W ponurym milczeniu, przez opustoszałe ulice, z czterech stron miasta wkroczyły wreszcie wojska pruskie. W całym Gdańsku witano ich klątwami... W miesiąc potem, dopełniony został nakazany akt hołdu i przysięgi poddańczej miasta królowi pruskiemu, na ręce przybyłych w jego zastępstwie dygnitarzy berlińskich.

Oto jak wyglądał ostatni akt dziejów, który zamykał świetność Gdańska pod rządami Rzplitej, a otwierał przed nim nową epokę, uwieńczoną okrwawionym nimbem w jarzmie pruskiej niewoli. Powiodła ona możne ongi portowe miasto ku powolnej zagładzie. Nie pomogła mu masowa kolonizacja pruska w czasach Bismarcka. Gdańsk stał się trzeciorzędnym portem na Bałtyku, — aż do chwili, gdy znów dźwignął się na dawne wyżyny wraz z odrodzeniem Polski, i kiedy znów przemówiła głośno odwieczna, naturalna, nierozerwalna siła, łącząca go nurtem wiślanym z Rzplitą i jej wielką, zbrojną dziś i niezłomną potęgą.

Z. I.

Róbmy zapasy

W angielskiej Izbie Gmin wpłynęła niedawno na forum debata o gromadzeniu zapasów żywnościowych przez domy prywatne.

W rezultacie obrad ustalono, że ze względu na zapewnienie aprowizacji w czasie wojny pożądane jest, aby każde, nawet najskromniejsze gospodarstwo rodzinne, ustaliło swe 2 tygodniowe zapotrzebowanie i zaopatrzyło się w odpowiednie artykuły codziennej potrzeby. Ukazało się nawet specjalne rozporządzenie dla hurtowni i sklepów, żeby miały do dyspozycji większą ilość towarów trwałych.

Unas sprawa zapasów spiżarnianych jest zawsze aktualna. Wiele gospodyń dawnego typu słynie ze swej zaradności i zapobiegliwości i szczyci się pełną śpiżarnią.

Panie młodsze przeważnie ten tradycyjny zwyczaj zarzuciły z powodu zmienionych warunków bytowania, szczupłości mieszkań, niewykwalifikowanej służby domowej, braku czasu, *a trochę — z zamiłowania do wygody i uproszczonych form życia.*

Co roku jednak wraz z pierwszym podmuchem wiosny problem ten wypływa i fachowe pisma kobiece oraz dodatki w dziennikach dla pań nawołujące do zaopatrzenia spiżarni podają praktyczne, wypróbowane przepisy.

Warto więc i w tym roku pomyśleć o sezonowym stworzeniu zapasów w śpiżarni.

Przede wszystkim należy zwrócić uwagę na znakomite nasze krajowe konserwy mięsne, które w dobrze prowadzonym domu powinny na nieprzewidziane okoliczności zawsze być pod ręką.

Z powodzeniem można również konserwować w Weck'-u mięso, pasztety, drób, zwierzynę.

Zaradna gospodyni kupuje również jaja, kiedy są tańsze a więc właśnie teraz i konserwuje na okres, kiedy je zaliczamy do produktów luksusowych.

Dobrze przetopione masło, tłuszcz wysmażony z sadła domowym sposobem, zlane do naczyń kamiennych lub butelek z ciemnego szkła, mogą znakomite oddać usługi w okresie kiedy ceny na te artykuły wzrastają.

Mały zapas słoniny wędzonej i boczku, tak wybitnie podnoszących smak i wartość wielu potraw, trochę trwałych wędlin wyratuje nas z niejednej opresji.

Chwalebny jest również zwyczaj gospodyń, które nie kupują mąki, kasz, cukru na deka, ale zawsze mają w domu większą ilość. Nie zapominają również o upieczeniu sucharków, niezmiernie pożądanych w normalnej i dietetycznej kuchni.

Nie lekceważymy również łatwo konserwujących się a bardzo bogatych w białko produktów jak: fasola, groch, suszone grzyby, które uzupełnione małym dodatkiem białka pełnowartościowego stanowią znakomite dania obiadowe. Soja w zupełności zastępuje mięso, a orzechy dodane do sałatek jarzynowych znacznie ich wartość spożywczą podnoszą.

Mając w domu pewien zapas soli i przypraw nie będziemy nigdy w kłopocie, że nam czegośkolwiek zabraknie do wykończenia smacznego obiadu.

Przy tworzeniu zapasów prowiantowych należy też nie zapomnieć o przetworach owocowych, tym bardziej, że zanosi się na rok obfity w owoce.

Znaczenie przetworów owocowych i jarzynowych dla zdrowia jest powszechnie znane, oczywiście o ile metody przetwórcze odpowiadają zasadom dietetyki i higieny. Szczególnie cenne są soki witaminowe, głównie żórawinowe i porzeczkowe, które zastąpić mogą cytrynę. Bardzo jest również pożądany zapas marmelad i dżemów zastępujących omastę do chleba.

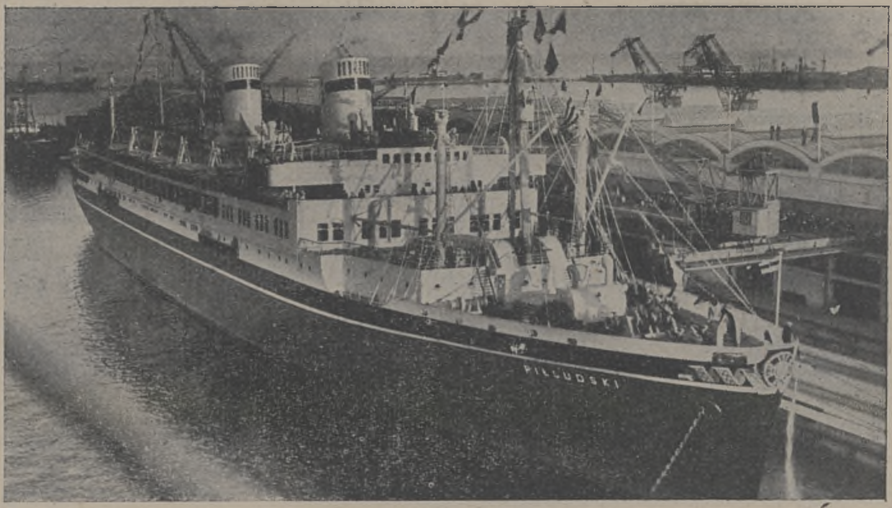
Zasadą być winno, że towary się wymienia, to znaczy, zapas dawniejszy używa się na codzienne potrzeby domowe i w miarę ubytku się go uzupełnia.

Ważne jest, aby podchodzić do tego zagadnienia od strony społecznej, nie kierować się zachłannością, nie kupować wszystkiego co pod rękę podpadnie, co może wywołać zamieszanie i popłoch na rynku, ale prowiantować się z rozwagą i z góry powziętym planem.

Zapas konserw owocowych i jarzynowych robi się z reguły latem na cały rok.

Świeże jarzyny kupuje się jesienią na zimę i przednówek. Co do towarów innych zaleca się zrobić zapas na przeciąg 2—4 tygodni.

Zagadnieniem odrębnym jest ochrona środków żywnościowych przed gazami bojowymi.



„Piłsudski" w Porcie.

Należy sobie również uprzytomnić, że nieprzebranym i zupełnie niewykorzystanym źródłem witamin i soli mineralnych są nasze łąki, rowy i lasy i postarać się o smaczne i zdrowe herbatki oraz aromatyczne zioła zastępujące zamorskie przyprawy.

Niezbędnym wreszcie uzupełnieniem dobrze zaopatrzonej śpiżarni jest pewien zapas środków czyszczących a przede wszystkim mydła, bo wiadomo, że mydło dobrze wysuszone jest dużo ekonomiczniejsze w użyciu.

Kompletując jednak swe zapotrzebowanie musimy sobie uprzytomnić, czy mamy odpowiednie miejsce do przechowania towaru a więc suchą, przewiewną, chłodną śpiżarnię, lub szafkę na ten cel przeznaczoną, najlepiej z wentylacją.

Trzeba posiadać również pewne wiadomości z zakresu magazynowania towarów i zdawać sobie sprawę, jakich warunków przechowywania poszczególne produkty wymagają.

Idealnym wprost sprzętem ochronnym dla większości artykułów żywnościowych są szklane butelki i słoje z dobrze dopasowanymi korkami, lub pokrywkami.

Puszki metalowe, uszczelnione skrzynki drewniane, woreczki celofanowe oddają również cenne usługi w zasięgu gazów bojowych. Trzeba jednak pamiętać, że chlor działa na metal, a iperyt wsiąka w drzewo na 5 cm. głęboko.

Większe ilości żywności a więc kartofle czy jarzyny w piwnicy nakrywa się na 15 cm. grubo sianem czy słomą i przykrywa materiałem impregnowanym a więc brezentem, plandeką lub papą. Brzegi przysypuje się ziemią.

Mały zapas niewoniejących produktów żywnościowych oraz niezbędne naczynia kuchenne i stołowe zaleca się przechowywać w pomieszczeniu uszczelnionym.

(D. c. n.)

Win.

Przepisy — potrawy z kasz

W okresie upałów powinno się jadać mniej mięsa, a jak najwięcej jarzyn i owoców.

Potrawy jarzynowo-owocowe można dopełniać kaszami.

KASZKA KRAKOWSKA W KOSTKĘ.

Proporcja na 5 osób.

10 dkg kaszy krak. drobnej
3 razy tyle wody ile kaszy
1dkg masła, sól do smaku

Wykonanie:

1) Zagotować wodę z dodatkiem tłuszczu.
2) Kaszę krakowską rozmieszać z trochą zimnej wody.
3) Na wrzącą wodę wrzucić kaszę dobrze mieszać, i rozklejać.
4) Rozklejoną kaszę rozsmarować na deseczce emaliowanej zwilżonej zimną wodą i wynieść do chłodnego miejsca, aby stężała.
5) Pokroić kaszkę w kostkę jednocentymetrową.

KLEIK OWSIANY.

Proporcja na 2 osoby.

4 dkg płatków owsianych
1 dkg masła
sól do smaku

Wykonanie:

1) Wrzucić płatki owsiane na zimną wodę i rozgotować.
2) Rozgotowane płatki owsiane przetrzeć przez sito, posolić do smaku, dodać kawałek surowego masła.

(Jeśli kleik ten jest przeznaczony dla osób zdrowych, można dodać kostkę bulionu dla podniesienia smaku).

RIZOTTO Z GRZYBAMI ZAPIEKANE.

Proporcja na 3 osoby.

15 dkg ryżu
2 razy tyle wody ile ryżu — ryż
1 dkg masła
5 dkg grzybów
1/8 litr. śmietany — sos grzyb.
2 dkg mąki
sól
3 dkg cebuli
2 dkg masła — przysmażyć

Wykonanie:

1) Ryż ugotować na pół sypko.
2) Ugotować grzyby.
3) Ugotowany ryż zmieszać z grzybami pokrojonymi w paski, cebulkę przysmażoną na maśle, posolić i popierzyć do smaku, dodać część sosu grzybowego, zmieszać wszystko razem.
4) Mieszaninę włożyć do rondla wysmarowanego masłem i wysypanego bułką tartą. Powierzchnię polać cienką warstwą sosu i wstawić do pieca w celu wypieczenia.

Zastosowanie: rizotto, podajemy jako główne danie.

RYŻ Z JABŁKAMI ZAPIEKANY.

Proporcja na 3 osoby.

15 dkg ryżu
2 razy tyle mleka ile ryżu
5 dkg kryształu
1/3 laski wanilii
25 dkg jabłek
5 dkg pudru
2 dkg masła
1 dkg bułki tartej — do formy

Wykonanie:

1) Do gotującego się mleka z wanilią i cukrem wsypać ryż opłukany, gotować w ciągu trzech minut od chwili zagotowania. Wrzący ryż wstawić do pieca w celu dogotowania.

2) Ugotowany ryż zmieszać z jabłkami poszatkowanymi w plasterki i zmieszanymi z cukrem.
3) Do rondla wysmarowanego masłem i wysypanego tartą bułką, włożyć ryż i wypiec go w piecyku.

Gdy ryż jest dostatecznie wypieczony wyjmujemy go z rondla na półmisek i posypujemy pudrem.

Zastosowanie: podajemy jako deser.

LEGUMINA Z KASZY KRAKOWSKIEJ Z RODZYNKAMI ZAPIEKANA.

Proporcja na 2 osoby.

5 dkg kaszy krakowskiej
2 razy tyle wody ile kaszy
2 jaja
8 dkg pudru
5 dkg rodzynek
2 dkg masła
1 dkg bułki tartej — do formy

Wykonanie:

Kaszę ugotować. Żółtka utrzeć z cukrem. Kaszę zmieszać z żółtkami utartymi z pudrem oraz sztywno ubitą pianą i rodzynkami. Mieszaninę włożyć do rondla i wypiec. Wypieczoną leguminę wyłożyć na półmisek i posypać pudrem.

Zastosowanie: podajemy jako deser.

MUS Z MANNY.

Proporcja na 2 osoby.

4 dkg manny
3 razy tyle wody ile kaszy
6 dkg kryształu
sok z cytryny.

Na wrzącą wodę z cukrem wlać zawiesinę z kaszy manny i rozkleić. Rozklejoną kaszę wylać na miskę i ubić aż do chwili zbielenia, do smaku dodać sok z cytryny.

Zastosowanie: jako deser.

MUS Z MANNY Z PIANĄ.

Proporcja na 2 osoby.

4 dkg manny
6 dkg kryształu
1 białko
sok z cytryny.

Mus wykonuje się jak wyżej, tylko do rozklejonej kaszy daje się białko i ubija.

Zastosowanie: jako deser, podaje się do niego sok owocowy.

KLUSECZKI Z KASZY MANNY.

Proporcja na 2 osoby.

1 jajo
2 dkg masła
2 dkg kaszy manny

Wykonanie:

1) Masło utrzeć z żółtkiem
2) Ubić sztywną pianę
3) Do utartych żółtek z masłem dodawać na przemian lekko mieszając, pianę i mannę.
4) Na wrzącą osoloną wodę kłaść łyżeczką małe kluski.
5) Gotować w garnku pod przykryciem.

Zastosowanie: jako dodatek do rosołu, lub polać masłem i podać jako drugie danie.

RYŻ NA SYPKO (JAKO DODATEK DO ZUPY).

Proporcja na 5 osób.

10 dkg ryżu
1½ razy tyle wody ile ryżu
1 dkg masła
sól do smaku

1) Zagotować wodę z dodatkiem tłuszczu.
2) Na wrzącą wodę wsypać ryż opłukany.
3) Od chwili zagotowania ryżu, gotować go w ciągu 3 min.
4) Wrzący wstawić do piecyka, aby się dogotował.

KASZKA KRAKOWSKA ZACIERANA DO MIĘS.

Proporcja na 2 osoby.

10 dkg kaszy krakowskiej
½ jaja lub białko
1½ razy tyle wody ile kaszy
1 dkg tłuszczu, sól do smaku

Wykonanie:

1) Kaszę zatrzeć rozbitym jajem, wstawić do pieca, aby przeschła.
2) Zagotować wodę z dodatkiem tłuszczu.
3) Na wrzącą wodę wsypać kaszę, od chwili zagotowania gotować w ciągu 3 min. i wrzącą wstawić do pieca, aby się dogotowała.

KASZA HRECZANA ZAPIEKANA Z SEREM.

Proporcja.

15 dkg kaszy gryczanej
2 razy tyle wody ile kaszy
1 dkg tłuszczu
15 dkg sera — utrzeć
1 żółtko
2 łyżki śmietany
2 dkg masła
1 dkg bułki tartej — do wysmar. formy

1) Kaszę ugotować na pół sypko.
2) Ser utrzeć z żółtkiem, dodać śmietanę, jeśli jest bardzo gęsty.
3) Do rondla wysmarowanego masłem i wysypanego bułką tartą, kładziemy warstwę kaszy, na nią warstwę sera i znowu warstwę kaszy.
4) Wstawić do pieca i zapiec.

Komisja do Spraw Pracy Kobiet Związku Nauczycielstwa Polskiego

15.

ILE NAS JEST?

Poniżej podajemy wykaz naszych Komisji przy Oddziałach i Referatów przy Ogniskach, oraz nazwiska Koleżanek odpowiedzialnych za pracę. Dalszy ciąg podamy w następnym numerze.

ODZIAŁY GRODZKIE

1. Warszawa — Moczydłowska Maria
2. Łódź — Macińska Stanisława

ODDZIAŁY POWIATOWE

1. Włodawa — Gułasiowa Cecylia
2. Częstochowa — Różycka Maria
3. Jarocin — Winiarska Bronisława
4. Łask — Krawczyńska Janina
5. Mielec — Hebenstreitowa Zofia

OGNISKA

1. Chodaków — Lipska Stefania
2. Krasnobród — Szafrańska Aniela
3. Tłuszcz — Kleniewska Amelia
4. Dąbie n. Nerem — Brzostowska Genowefa
5. Rzgów — Jagiełłowa Joanna
6. Drobin — Wichlińska Władysława
7. Kołki — Popkiewiczówna Zofia
8. Jastków — Sulmowa Własta
9. Widawa — Białęcka Helena
10. Łapy — Szelążkówna Anna
11. Kurzelów — Grecowa Rozala
12. Sadowne — Nowicka Maria
13. Mstów — Kowalcówna Michalina
14. Bytoń — Pepkowska Joanna
15. Uniejów — Bauerowa Weronika
16. Stanisławów — Bieleninowa Anna
17. Andrychów — Lenartowiczowa Maria
18. Wilanów — Jasińska Maria
19. Stydyń — Darmochwałowa Elżbieta
20. Kałuszyn — Kamińska Janina
21. Brześć n. Bugiem — Jarmułowiczowa Maria
22. Kamieniec Lit. — Szamotowa Helena
23. Bolechów — Laszkówna Cecylia
24. Sokołów Podl. — Janicka Wanda
25. Spiczyn — Uchimiakówna Helena
26. Brzeziny — Tyszkowska Emilia
27. Bielsk — Regorowiczówna Maria
28. Lida — Opuchowska Stefania
29. Piotrków — Mallio Katarzyna
30. Iłża — Ways Józefa
31. Zatory — Jacniacka Maria
32. Mława — Szczygłowa Stanisława
33. Śmigiel — Ryżyńska Wanda
34. Obryte — Solnikowska Maria
35. Stanin — Oborska Felicja
36. Czerniczyn — Zammlowa Ksawera
37. Uchanie — Tumidajska Janina
38. Radomsk — (nie podano)
39. Lachowicze — Kotowa Maria
40. Piątek — Żak Felicja
41. Chlewiska — Jachimowiczowa Janina
42. Nieporęcie — Górska Helena
43. Czarnożyły — Kuchtowa Regina
44. Sompolno — Skrzypecka Maria
45. Nowy Korczyn — Kurzejówna Józefa
46. Okęcie — Frajowa Maria
47. Łomża — Mazurówna Helena
48. Żarnów — Janas Gabriela
49. Kościelec — Gąsiorowska Józefa
50. Sulmierzyce — Urbańska Maria
51. Brody — Oprzańska Zofia
52. Zapolice — Ważyńska Janina
53. Czernawczyce — Wojtanowska Anastazja
54. Ruda Śląska — Brożkówna Anna
55. Janów k. Sokółki — Łajkowa Julia
56. Orzegów — Rączkowa Wanda
57. Irządze — Hanusowa Zofia
58. Rutki — Gradowska Tatiana
59. Ułęże — nie podano
60. Kwiatkowice — Jungowska
61. Koło — Grzegorczykówna
62. Sobolew — Cieślańska Irena
63. Chmielnik — Zychowiczowa Alfreda.

(D. c. n.)

Ciekawy kurs

Komisja przy Zarządzie Głównym zorganizowała siedmiodniowy kurs dla Instruktorek Opieki nad dzieckiem podczas wojny. W kursie wzięło udział 113 koleżanek.

Począwszy od następnego numeru będziemy podawali streszczenia referatów wygłoszonych na kursie, oraz bibliografię, podaną przez prelegentki.



Miła wycieczka.

BEZPŁATNE POKAZY
gotowania elektrycznością
w lipcu
w Salonie Elektrowni Miejskiej
Marszałkowska 150 (wejście od Kredytowej).

7 piątek — Pokaz gotowania.
14 piątek — Pokaz p. t. „Ciastka i galarety owocowe".
21 piątek — Pokaz gotowania.
25 wtorek — Pokaz p. t. „Zaopatrzenie śpiżarni w wypadkach specjalnych"

Kursy rozpoczynają się:
dnia 4-go kurs przetworów owocowych
dnia 11-go kurs dla Pań Domu
dnia 18-go kurs dla pomocnic.

Wcześniejsze zapisy na kursy osobiście w Salonie lub tel. 311-02 w godz. od 9-ej do 19-ej.

Wszystkie pokazy i kursy rozpoczynają się o godz. 17-ej.

Konsylium na Saharze

Było to tak...

Przed kilku laty brałem udział w kongresie malarii w Algerze.

Wszystko odbyło się przepisowo. Dostojni starsi panowie powitali nas uroczyście, dobierając zdań i słów pięknie toczonych, górnolotnych, — od święta... Potym obrady, dyskusje, potym zwiedzania, zwiedzania, zwiedzania — wreszcie „banquet de clôture", zroszony obficie krwią serdeczną Algerii — rubinowym trunkiem nad trunki — winem Targui.

Bezpośrednio po kongresie zwyciężyła żyłka przygód i awantury. Zamiast do portu wziąłem kurs na południe i po 24 godzinach znalazłem się w pierwszej „prawdziwej" oazie saharyjskiej — Bou-Saada, którą upatrzyłem sobie na bazę wypadową dla wielkiej wędrówki po Saharze.

W Bou-Saada w pierwszym kwadransie pobytu zawarłem znajomość z obywatelem Jussufem, wspaniałym typem tamtejszego łazika, byłym spahisem Wielkiej Wojny.

Był to chłop sprytny, wszystko wiedzący, i, co najważniejsze — znający wszystkie miejscowe narzecza plus język Voltaire'a. Dzięki Jussufowi mogłem poznać wiele mało znanych



Oaza Bou-Saada. Skrawek południowy. Widok z pobliskiego pagórka.

szczegółów boussadaskiego życia i uzupełnić w sposób b. ekonomiczny zbiory etnograficzne i przyrodnicze.

Dzięki niemu też przeżyłem niezwyczajną nawet jak na mój, wyjątkowo urozmaicony żywot — przygodę.

* *
*

Pewnego pięknego popołudnia, wracając z obozu Nomadów wzdłuż wyschłego koryta tamtejszej „rzeki" spotkałem się nos w nos z poważnym, majestatycznym, odpowiednio tłustym arabem. Pozdrowiłem go lekkim kiwnięciem głowy. Odpowiedział jeszcze lżejszym. Jussuf był wyraźnie niezadowolony, nawet jakby zgorszony. „Czyżby sidi[1]) naprawdę nie wiedział kogo spotkał?. Przecież to sam kadi[2]). Sidi za mało się cieszył ze spotkania."

Nie chciałem zadzierać z łazikiem, ani tem bardziej obrażać jego regionalnych uczuć, więc zawróciłem i poprosiłem, by możliwie długo i kwieciście wyrażał mą radość i zachwyt ze spotkania tak znakomitego męża. Jussuf tylko czekał na tę okazję.

Przecież nie każdy i nie codzień może rozmawiać z kadim, a powołać się na przyjaźń (napewno to zrobił!) z europejskim toubib'em[3]) — to też nie do pogardzenia.

Kadi słuchał uważnie, patrząc obojętnie w przestrzeń, poczym nagle zwrócił się do mnie, uścisnął mi rękę z ukłonem i równie nagle... odwrócił się i poszedł swoją drogą.



Jussuf ze swym „wichrem pustyni".

Tegoż dnia wieczorem nieoceniony Jussuf zaprowadził mnie na jakiś specjalnie uroczysty spektakl taneczny słynnych tancerek Ouled-Naïl.

Słyszałem o nich wiele, lecz to co ujrzałem przeszło wszelkie oczekiwania. Było ich dwanaście, ubranych według pierwszorzędnych paryskich żurnali z roku... 1900. Buciki wysokie, sznurowane z tegoż roku; na ramiona zarzucone wspaniałe chustv, ręcznie złotem i serbrem haftowane; na szyjach, pięknie dzwoniące sznury najautentvczniejszych złotych luidorów (taka P. K. O. posagowa na pokaz).

Strój uzupełniały pasy srebrne kaukaskiej lub perskiej roboty z bardzo kunsztownymi klamrami, i turbaniki jedwabne we wszystkich kolorach tęczy.

Gdy wbiegły na placyk, rozdzwonione, roześmiane, barwne, lekkie, powiewne — tłum arabski, choć nie pierwszy raz je podziwiał — zamarł w zachwycie.

Dała się słyszeć muzyka piszczałek tubylczych, monotonna, leniwa, jednocześnie niespokojna, nabrzmiała namiętnościami gorącego Wschodu.

Dziewczyny Ouled - Naïl zaczęły tańczyć. Na pierwszy rzut oka zdawało się, że tańczą tylko ich ręce; suche, rasowe, koloru sepii, ale już po chwili zrozumiałem, że przecież tańczą całym swoim jestestwem. Oczy, usta, biodra — stawały się kolejno współodtwórcami jakiejś przecudownej bajki, jakiegoś tajemniczego misterium...

Upojony feerią saharyjską wróciłem późnym wieczorem do swego zajazdu. Właściciel tego jedynego „hotelu" dla europejczyków — emerytowany podoficer Legii Cudzoziemskiej, uzupełnił moje artystyczne przeżycia paroma przyziemnymi, ale rzeczowymi informacjami. Otóż Ouled - Naïl jest jedynym szczepem arabskim, w którym od niepamiętnych czasów panuje matriarchat.

Kobiety tego szczepu rodzą się tancerkami, nigdy systematycznie nie ucząc się tańca. Ot, po prostu córy Sahary, słońcem i wichrami urytmione.

Wszelkie oszczędności i dochody zamieniają bezzwłocznie na dziurkowane luidory, które rzeczywiście stanowią ich posag.

Ale przejdźmy do przygody.

Otóż nazajutrz, ledwo słoneczko zdążyło raz mrugnąć, zostałem dość stanowczo i bezceremonialnie obudzony przez Jussufa.

— Sidi! Sam kadi przyszedł do ciebie; chce, żebyś pomógł jego żonie, która ma straszne kolki!

Żona kadi'ego, harem, kolki!

Cóż za wspaniałe i nieoczekiwane uzupełnienie mego programu! Zerwałem się, zapomniawszy o nie wyspaniu, ogarnąłem się i zacząłem pakować do nesseru podróżnego strzykawki, igły, ampułki, flakoniki i inne drobiazgi.

Po kilku minutach wchodziłem z Jussufem przed dom. Kadi, ujrzawszy mnie z walizeczką, gotowego do



Wyschłe koryto rzeki w Bou-Saada.

drogi, wyraźnie się przeraził i pośpiesznie i gniewnie zaczął coś Jussufowi przedkładać. Łazik, zmieszany ze spuszczoną głową, tłumaczył, że kadi jest oburzony, bo nigdy nie przypuszczał, że ośmieliłbym się badać jego żonę. Bo nawet sam wielki Marabout[1]) spod Touggourt'u zawsze ją leczył na odległość, toteż woli zrezygnować z mojej pomocy. Po moich bezskutecznych perswazjach dygnitarz rozindyczył się na dobre i odszedł bez pożegnania, śmiesznie kołysząc się w biodrach.

Więc żegnaj okazjo jedyna, żegnaj haremie!

Zły i rozczarowany wróciłem do pokoju, starając się bez powodzenia odespać stracony czas.

Ledwo minęła godzina, gdy Jussuf był już znowu w pokoju, krzycząc z triumfem od progu: Sidi! Żona kadi'ego bardzo chora! Wielkie kolki! Kadi zgodził się, żebyś ją zbadał i leczył osobiście!!

Zerwałem się, jak oparzony, nie wierząc własnym uszom i po chwili

———

1) Pan. 2) Sędzia. Najważniejsza persona w oazie. Pierwsza i ostatnia instancja w sprawach między arabami.

3) Lekarz.

1) święty, cudotwórca.

gnaliśmy w kierunku „wysokiego sądu“.

Dom kadi'ego nie wiele się różnił od dziesiątków innych: czworokątny, parterowy, śnieżno - biały. Wchodzimy do pokoju, będącego rodzajem hallu. Wita nas gospodarz, tym razem uśmiechnęty, ugrzeczniony, nawet jakby lekko zażenowany.

Siadamy. Rozglądam się, chciwie chłonąc wszystkie egzotyczne szczegóły. Na klepisku kilka cennych, zębem czasu porządnie nadgryzionych dywanów, niski stolik mosiężny, dokoła kilka poduszkowych taboretów. Na ścianie dwa koszmarne oleodruki (Made in Germany) z końca XIX w.,



Tancerki Oûled-Naïl nazajutrz po występie.

wyobrażające intromisję jakiegoś kalifa. Obok szafka wisząca, przypominająca nasze domowe apteczki. Dwie zasłony na drzwiach, prowadzących wgłąb mieszkania i to wszystko.

Kadi za pośrednictwem Jussufa pyta mię, czy napiję się kawy. Odmówić niepodobna, chociaż z głębi apartamentu dobiegają krzyki zarzynanego zwierzaka. To nasza pacjentka, Zora, jedna z żon sędziego, a zarazem jego najulubieńsza towarzyszka ogłasza światu, że cierpi na wielkie kolki.

Odruchowo ściskam walizeczkę, spoglądając raz po raz na drzwi. Tym razem kadi jest niewzruszony. Przecież picie kawy — to omal-że rytuał. Znika za zasłoną, aby po chwili powrócić z trzema dymiącymi filiżankami. Pociągamy nektar w milczeniu. Po chwili gospodarz zaczyna prędko i nerwowo tłumaczyć coś Jussufowi, Ten bezzwłocznie powtarza mi: — Sidi, kadi boi się, że może nie wiesz, u kogo w tej chwili przebywasz. On jest bardzo wysoką osobistością i koresponduje przyjaźnie z najwyższymi figurami Francji.

Kadi powoli wstaje, otwiera wiszącą „apteczkę“ i wydobywa z niej jakiś rulon, który mi wręcza uroczyście, obserwując mnie spod oka i oczekując objawów zachwytu.

Rozwijam papier i czytam:
— Rzeczpospolita Francuska —
Wolność. Równość. Braterstwo.
Ministerstwo Spraw Wewnętrznych.
Departament Algerii[1]).
Wydział spraw tubylczych.
Referat personalny.
Do Kadi'ego Ab - Del - Kader'a
w Bou - Saada.

W odpowiedzi na pismo WPana z dnia..... w sprawie przyznania Panu Krzyża Legii Honorowej komunikujemy, że, biorąc pod uwagę wiekopomne zasługi Ojca Pańskiego i Pańską nieposzlakowaną przeszłość, najprawdopodobniej w najbliższej przyszłości przychylnie rozpatrzymy podanie.

za referenta
(—) N. N. sekretarz[2]).

Bez wielkiego wysiłku wyraziłem swe zdumienie i podziw dla „relations“ sympatycznego grubasa.

W międzyczasie ryki stają się coraz głośniejsze i coraz rozpaczliwsze. Pan i władca decyduje się wreszcie na czyn. Jussufowi każe odwrócić się nosem do jednego z kątów izby, a sam udaje się po żonę. Po upływie pół minuty wraca, prowadząc Zorę. Chora staje w progu oniemiała. Zdumienie jakie wywołuje widok obcego mężczyzny nie ma granic, jest nawet silniejsze od bólu. Cóż to wszystko znaczy? Piękna ciemnooka Zora ma chaos straszliwy w kształtnej główce. Przez 28 lat swego monotonnego żywota tylko dwa razy opuszczała dom. Za każdym razem poza czarczaffem oddzielały ją od spojrzeń tłumu gęste zasłony. Przecież pokazanie oblicza obcemu mężczyźnie albo przebywanie z nim w jednym pokoju — to zdrada! Wielka zdrada! A tu mąż jest obecny i nawet ją sam sprowadza z odsłoniętą twarzą. Biedactwo jest zupełnie oszołomione.



Kadi Ab-Del-Kader i jego żona Zora.

Przyglądam się jej bacznie. Jest dość drobna, delikatna, smukła, bardzo dziewczęca. Na szyi łańcuch z luidorów. Na nogach pięknie udrapowane szarawary z wzorzystego atłasu. Stopy obute w safianowe pantofelki. Na nogach i rękach kilkanaście bransolet z kości słoniowej i z filigranowej srebrnej plecionki.

Kadi rozściela kilka mat pod ścianą i każe jej się położyć.

Klękam przy chorej. Mąż czyni to samo obok mnie, nie spuszczając oczu z mych rąk. Rozpoczyna się historyczne dla mnie badanie. Opukuję nieszczęsną, zadając jej szereg pytań, które Jussuf (stojący odwrócony bez ruchu w kącie) tłumaczy kadi'emu, ten skolei powtarza jej żonie. Żona odpowiada mężowi, mąż powtarza Jussufowi[1]), wreszcie Jussuf tłumaczy mnie. Przypominało to znaną u nas zabawę w plotki.

Rzecz prosta, że takie plotkarskie badanie trwało stosunkowo bardzo długo. Rozpoznanie nie ulegało żadnej wątpliwości: kamienie nerkowe.

Zakomunikowałem to Jussufowi. W pierwszej chwili nie zrozumiał, gdyż użyłem wyrażenia czysto lekarskiego — „nephrolithiase“ — dopiero



Karawana Nomadów na południe od Touggcurt'u.

gdy powiedziałem, że chora ma „des petites pierres dans les rognons“[2]) straszliwie się ucieszył i zaraz przetłumaczył radosną nowinę kadi'emu.

Zastrzyknąłem odpowiednie leki, czując bez przerwy na sobie dwoje śledzących mnie zdeterminowanych i przerażonych spojrzeń. Już po paru minutach Zora skonstatowała, że „toubib“ zabrał jej bóle. Jussuf został w kącie, a ja wraz z kadi'm zaprowadziliśmy niewiastę do jej pomieszczenia.

Była to izba z podłogą wyłożoną cegłami, której jedynym meblem był tapczan, zarzucony olbrzymią ilością typowo babskich fatałaszków. Piękny maurytański portal prowadził dalej na maleńki kwadratowy dziedziniec z leżącymi na ziemi niewykończonymi jeszcze haftami i innymi robótkami. Więc to tu się zbierał ów tajemniczy harem!...

Nieoceniony Jussuf zreferował mi zresztą nazajutrz personalia „hurys“. Poza Zorą do haremu wchodziła sześćdziesięcioletnia kobiecina i... trzynastoletnia dziewczynka. Na brak rozpiętości wieku swych wybranek kadi nie mógł się uskarżać.

*

Kadi umiał być wdzięczny. Gdy wróciłem z nim do hallu, spytał prosto z mostu Jussufa, czy nie zna przypadkiem moich marzeń, gdyż chciałby mnie obdarować. Jussuf, orientujący się już doskonale w mojej pasji do białych kruków etnograficznych, musiał go odpowiednio poinformowa, bo po kwadransie Ab-Del-Kader wrócił dosłownie obładowany bezcennymi dla mnie darami. Dostałem bukłak pustynny ze skóry jagnięcia[3]), turban

———

[1]) Algeria należy administracyjnie do M. S. Wewn., a nie do Min. Kolonii.

[2]) autentyczne.

[1]) Jussufowi nie wolno było rozmawiać bezpośrednio z Zorą.

[2]) kamyczki w cynaderkach.

[3]) Worek używany przez karawany do transportowania mleka i wody.

z zawojem, dwa wspaniałe sztylety i laskę pięknie rzeźbioną. Dla podkreślenia przyjaźni nie pozostałem dłużny i do zbiorów kadi'ego powędrowała moja polowa lornetka pamiętająca dramatyczne dni 1920 roku.

Przed pożegnaniem podyktowałem Jussufowi szczegóły dalszej kuracji Zory, wyraziłem jeszcze kilkanaście zachwytów i już miałem definitywnie opuścić gościnne progi, gdy kadi rozczulony widocznie lornetką polową, której prze cały czas nie wypuszczał z rąk zażądał kategorycznie, żebym wyraził jeszcze jedno życzenie.

Poniosła mnie szaleńcza odwaga i poprosiłem o pozwolenie sfotografowania pani Zory[1]).

Kadi poprostu zbaraniał. Przyjaźń nasza przechodziła ciężką próbę. Po dłuższej chwili ciężkich zmagań wewnętrznych wyraził jednak zgodę. Wyszedł do żony, żeby ją odpowiednio przygotować.

Wkrótce ustawiałem miłą parę na tle portalu. Sędzina miała już na twarzy gęsty biały czarczaff, a na szarawary zarzuciła coś w rodzaju ciężkiej, powłóczystej spódnicy. Niewiasta zupełnie zrezygnowana już się niczemu nie dziwiła. Między nimi umieściła ślicznego ośmioletniego synka, który akurat niewiadomo skąd się przypętał. Tak się skończyło saharyjskie konsylium.

Od tego czasu dużo się zmieniło. Laskę ukradli mi w wagonie kolejowym, turban zjadły mole, bukłak zsechł się na kamień. Pozostały tylko sztylety, fotografie, miłe wspomnienia, no i przede wszystkim satysfakcja podróżnika: byłem w haremie!

Dr Aleksander Freyd

Wszystkie zdjęcia autora.

[1]) W Bou-Saada przestrzegano b. ściśle zakazu fotografowania kobiet arabskcih.

Poradnia gospodarska

PTYSIE Z KREMEM

Koleżance z Pragi.

Proporcja. ½ szkl. wody, 6 dkg masła, 15 dkg mąki, 5 jaj.

Wykonanie. Wodę zagotować z masłem, wsypać przesianą mąkę i mieszać (3 minuty) na ogniu, aż masa odstanie od rondla. Zdjąć z ognia i mieszać aż masa trochę ostygnie wtedy wbijać po jednym jaju wybijając dokładnie drewnianą łyżką, by ciasto było pulchne. Blachę posmarować masłem, posypać mąką. Zrobić tutkę z grubego białego papieru, ściąć czubek, włożyć ciasto łyżką i trzymając tutkę lewą ręką, prawą lekko naciskając wyciskać ciasto na blachę w formie bułeczek lub litery S. Robić duże odstępy, gdyż ciasto bardzo rośnie. Upiec w gorącym piecu na jasny złoty kolor.

Po ostygnięciu przekroić nożem i napełnić kremem.

Krem. Wziąć 3 jaja ¼ l. mleka, 10 dkg cukru, ¼ l. wanilii oraz 1 łyżeczkę mąki włożyć wszystko do garnka i ubijać na parze, aż masa zgęstnieje.

WITAMINY

„Kierowniczce"

Kolega nie miał racji znajdując błąd gdzie go nie było. Witamin A, C i D jest rodzaju męskiego. Witamina B rodzaju żeńskiego. Witaminy ulegają zniszczeniu przez nieumiejętne przyrządzanie pokarmów. Jeżeli jednak będziemy pamiętali, że witaminy A, D i E są rozpuszczalne w tłuszczach, witaminy B_1, B_2 i C rozpuszczalne w wodzie, oraz że witaminy utleniają się przez długie ogrzewanie — będziemy wiedzieli jak przyrządzać potrawy żeby ich nie pozbawiać witamin. Pyta Pani jakich witaminów będzie przede wszystkim brak podczas wojny.

Najprawdopodobniej witaminu C, gdyż będziemy wtedy używali dużo produktów konserwowanych, suszonych, czy wędzonych w których tego witaminu nie ma. Zrobić „zapas witaminu C" można zaopatrując się w kapustę kwaszoną, ogórki kwaszone, żórawiny i głóg. Napiszemy jeszcze o tym w artykule o zapasach na zimę.

PRODUKTY ZASTĘPCZE

S. K. S. K.

Przysłała Pani wycinek z gazety, w którym podano spis produktów zastępczych. Jest to duże nieporozumienie, które niestety spotyka się dość często, a które w błąd wprowadza szerokie masy kobiece. Tak samo przepisy mają wartości kartek wyciętych z kalendarza, nietylko że nie przynoszą korzyści ale mogą wyrządzić wielką krzywdę. Niech Pani sobie kupi jak najprędzej „Żywienie zbiorowe" — Wyd. Inst. Gosp. Dom. (Nowy Świat 9). Tam Pani znajdzie wszystkie potrzebne informacje oraz gotowe jadłospisy dla dzieci na koloniach.

Tu mogę tylko powiedzieć, że produkty można zastępować jedne drugimi, ale tylko w obrębie jednej grupy. Natomiast w jadłospisach nie można dawać trzech potraw należących do tej samej grupy. To jest kardynalny błąd nadesłanej kartki.



LAKIER DO TABLIC SZKOLNYCH.

Nauczyciel

Lakier do tablic szkolnych można przygotować w sposób następujący:

1) W mieszaninie z 325 gr 95% spirytusu i 1 gr eteru rozpuszcza się 30 gr sandaraku i 30 gr szerlaku; następnie dodaje się stopniowo przy stałym mieszaniu 20 gr czystej sadzy i 3 gr ultramaryny.

Albo:

2) W mieszaninie 100 gr 95 % spirytusu i 80 gr eteru rozpuszcza się 20 gr szerlaku i 8 gr kamfory, następnie dodaje się przy stałym mieszaniu 9 gr sadzy.

Obydwa przepisy wymagają wielkiej ostrożności przy pracy.

CZYSZCZENIE SZCZOTEK

p. J. M., Andrychów

Umiejętne mycie, czyszczenie, czy pranie szczotek nie tylko, że ich nie niszczy, lecz dłużej konserwuje. Szczotki włosiane myjemy w letnich mydlinach z dodaniem łyżki amoniaku na litr wody, płuczemy w letniej wodzie. Szczotki z bawełny knotowej pierzemy tak, jak ścierki, a nawet jeżeli dadzą się wyjmować z oprawki można je wygotować. Zarówno jedne, jak i drugie szczotki suszymy włosem czy bawełną w dół, ażeby woda nie wsiąkała w drzewo. Szczotek włosianych nie powinno się stawiać, gdyż do włosia się kruszy, tylko wieszać.

Wyzyskajmy skarby morza

Wielkie bogactwa głębin morskich, do których mamy niczym nie skrępowany dostęp, dotychczas niestety w małej tylko części stały się udziałem polskiego gospodarstwa narodowego. Pod względem spożycia ryb morskich, Polska stoi do dziś dnia na jednym z ostatnich miejsc wśród krajów europejskich. Na jednego mieszkańca przypada u nas około 2 kg. rocznie, podczas gdy np. w Anglii stosunek ten wynosi około 20 kg, a w Niemczech około 15 kg.

Według ogólnych statystyk, spośród uwzględnionych w nich 16 krajów środkowej i północnej Europy, Polska pod względem wydajności swego rybołówstwa morskiego zajmuje ilościowo 14 miejsce, a wartościowo — jeszcze dalsze, bo przedostatnie. Szczególnie rażąco wygląda dysproporcja z głównymi krajami rybołówczymi, jak Anglia, Francja, Niemcy i Norwegia. Roczne połowy morskie w Anglii osiągają za ostatnie lata przeciętną cyfrę 700.000 ton, przedstawiających wartość około 280 milionów zł. Francja łowi ryb morskich rocznie około 275.000 ton, wartości przeszło 200 milionów zł., Niemcy 400.000 ton, wartości 100 milionów zł. i Norwegia — przeszło 1.600.000 ton, wartości około 90 milionów zł. Polskie połowy tymczasem obracają się w granicach 15—20 tysięcy ton rocznie, a wartość ich, jak wyżej zaznaczyliśmy, wynosi zaledwie około 5 milionów zł.

Mimo tych relatywnie niskich cyfr, dokonaliśmy zwłaszcza w ostatnich czasach znacznego postępu w tej dziedzinie. Rybołówstwo nasze bowiem w pierwszych latach po odzyskaniu przez Polskę dostępu do morza, nie wychodziło poza obręb wód przybrzeżnych i miało charakter niezmiernie prymitywny. Dopiero wysiłki i wytrwała praca instytucyj, opiekujących się rybactwem, a więc w pierwszym rzędzie Ministerstwa Przemysłu i Handlu, oraz Urzędu Rybackiego, zapoczątkowały trwały rozwój tej gałęzi naszej gospodarki morskiej, otwierając przed nią nowe, szerokie perspektywy.

Modernizacja tonażu rybackiego, wprowadzenie kutrów z napędem motorowym i nowoczesnych narzędzi połowu, rozbudowa urządzeń chłodniczych i magazynów w porcie rybackim w Gdyni, budowa portu we Władysławowie, zastosowanie naukowych metod badania rybostanu i obszarów rybołówczych, wreszcie forsowanie połowów dalekomorskich, tak ważne wobec spadku połowów przybrzeżnych, — wszystko to przyczyniło się do podźwignięcia polskiego rybołówstwa morskiego, nadało mu cechy przemysłowe i uniezależniło je od monopolu Gdańska w dziedzinie zbytu, co stało się ważnym czynnikiem przy podniesieniu rentowności procederu rybackiego.

Aby zilustrować, jak korzystne skutki spowodowała rozumna polityka państwa w zakresie popierania rybołówstwa morskiego, wystarczy przytoczyć kilka liczb, charakteryzujących jego rozwój w ostatnich latach. Tak więc, gdy w roku 1932 całkowita ilość polskich połowów morskich wynosiła około 9 tys. ton, a wartość ich 2.600 tys. zł, to w pięć lat później, w roku 1937 odpowiednie liczby podniosły się do 14.000 ton i przeszło 5.100 tys. zł. A trzeba wiedzieć, że to podwojenie ilości i wartości połowów w ciągu pięciolecia nastąpiło w warunkach wyjątkowo trudnych, gdyż towarzyszył mu gwałtowny spadek połowów przybrzeżnych w r. 1936—7, skutkiem czego tylko w drodze intensywnej ekspansji na wody dalsze, można było osiągnąć tak pomyślne wyniki. Wzrost połowów dalekomorskich w omawianym pięcioleciu ilustrują następujące liczby: w r. 1932 na wodach dalszych złowiono 1.879 ton ryb, wartości 1.159 tys. zł; w r. 1937 rezultatem połowów dalekomorskich było 6.956 ton ryb, wartości 2.946 tys. zł.



Niestety wielkim hamulcem w dalszym rozwoju naszego rybołówstwa morskiego jest omówiona na wstępie ospałość krajowego rynku konsumpcyjnego w stosunku do produktu połowu — ryby morskiej, która poza śledziem solonym — nie cieszy się popularnością wśród szerokich rzesz spożywców. Wskutek nieznajomości walorów odżywczych i gastronomicznych świeżej ryby morskiej, traktuje się ją nieufnie, a zbyt jej w kraju jest minimalny. Przełamanie tych nieuzasadnionych uprzedzeń jest konieczne, gdyż zależy od niego cała przyszłość tej, tak ważnej gałęzi naszego życia gospodarczego.

Potrawy z ryb morskich dobrze przyrządzone, są doskonałe, bardzo zdrowe i niedrogie.

Ponieważ w naszej diecie jest zwykle za mało soli mineralnych i brak ich uzupełniamy najczęściej jakiemiś medykamentami, byłoby ilokroć lepiej, gdybyśmy zamiast kupować drogie leki, zastępowali je rybami morskimi, które są bogatym źródłem soli mineralnych.

Niektórzy nie jadają ryb morskich, dowodząc, że mają niemiły zapach morszyzny. To prawda, ale zapach ten można całkowicie usunąć i to zarówno przy gotowaniu, smażeniu czy duszeniu ryb. (Pisaliśmy o tym szczegółowo w Nr 3 Mojego Domu). Wreszcie ważnym argumentem przemawiającym za spożyciem ryb morskich jest ich taniość. Kilo dorsza w Warszawie można dostać obecnie (w czerwcu) za 80 gr. Jest to w stosunku do mięsa bardzo niedrogo biorąc pod uwagę małą ilość ości i dużą podzielność dorsza.



I jeszcze jedno podkreślić należy, to jest niczym nieusprawiedliwione uprzedzenie do jadania ryb morskich w lecie. Ryba nieświeża jest szkodliwa dla zdrowia — dowodzą przeciwnicy.

— Racja, ale tak samo szkodliwe jest nieświeże mięso, czy nabiał.

Mamy obecnie pierwszorzędnie urządzone chłodnie i otrzymujemy ryby mrożone, możemy więc ze spokojem do naszych jadłospisów dodać ryby morskie.

Musimy więc rozwinąć usilną propagandę za spożyciem ryb morskich, a przyczynimy się nie tylko do poprawy zdrowia rodziny, ale i do pomnożenia naszego gospodarstwa narodowego.

L. M. W.

Walka z marnotrawstwem

Zagadnienie racjonalnego zużytkowywania odpadków wielokrotnie poruszane w prasie, nie zostało jeszcze rozwiązane w tej skali, żeby w akcji brało udział całe społeczeństwo. Ciągle jeszcze olbrzymie ilości wartościowych materiałów niszczeją, pomimo że zbiórkę przeprowadzają niektóre organizacje społeczne i charytatywne oraz w dość szerokim zakresie także nasza młodzież szkolna.

Są to jednak wysiłki nieskoordynowane i dlatego wynik jest stosunkowo nieduży.

Rozwiązanie tej sprawy w skali państwowej mogłoby nastąpić tylko na mocy rozporządzenia o powszechnej i obowiązkowej zbiórce, przy czym należałoby w odpowiedni sposób ułatwić obywatelom spełnianie tego obowiązku. Dzisiejsza ciasnota mieszkań, względy higieniczne i estetyczne, a także względy bezpieczeństwa zabraniające gromadzenia starzyzny na strychach, zmuszają mieszkańców do najprędszego wyzbywania się z domu wszystkiego, co już nie jest potrzebne.

Należałoby zatem w podwórzach urządzić zbiornice, pozostające pod opieką dozorców domowych, gdzieby mieszkańcy mogli składać wszelkie nie podlegające zepsuciu odpadki, sortując je według gatunków. Urządzenie i opróżnianie zbiornic pociągałoby oczywiście za sobą pewne koszty.

Poza tym są w każdym gospodarstwie domowym cenne odpadki kuchenne w postaci kości, obierzyn, resztek z talerzy, wody od zmywania. Na wsi zlewa się to wszystko do kubła i oddaje do świniarni. W mieście przeważnie gnije to na śmietnikach lub spływa do kanalizacji. Czasem zabiera odpadki dozorca dla swej trzody chlewnej lub dostarczycielka mleka, czy masła, co jednak odbywa się w sposób wysoce niehigieniczny, bo często zlewa się pomyje do tych samych konwi, w których się przywozi nabiał do miasta. Oto więc dlaczego w podwórzach znajdować się powinny kubły blaszane z wiekiem, do których uświadomione gosposie mogłyby składać odpadki, sortując je według otrzymywanych wskazówek. Codziennie przybywający samochód ciężarowy zabierałby wszystko do odpowiedniej centrali, gdzie odpadki roślinne poddawałoby się parowaniu, a z cenniejszych — jak np. kości, odpadków mięsnych, chleba — gotowałoby się pożywną zupę dla trzody chlewnej, utrzymywanej przez miejską czy charytatywną instytucję.

Zmielone kości stanowią znakomitą paszę białkową dla kur. W tym celu postępowe większe gospodarstwa drobiowe u nas i za granicą mają młynki do mielenia kości, które mogą być również używane do siekania zieleniny, mielenia suszonych chrabąszczy itp. Gospodarstwa mniejsze powinny mieć możność wypożyczania takich pożytecznych młynków z Kół Gospodyń Wiejskich lub Kółek Rolniczych, lub też powinny młynki nabywać zbiorowo.

Przy zbiórce wszelkich odpadków należy rozróżnić dwa momenty:



1) wszystko co tylko się da zużytkować we własnym gospodarstwie, 2) to zaś czego u siebie zużyć nie można — oddać, nie dopuszczając w żadnym wypadku, aby się cośkolwiek zmarnowało.

Trzeba, aby o umiejętnym i celowym zużytkowywaniu resztek i odpadków mówiono i pisano jak najwięcej, podając praktyczne recepty i pomysły, bo społeczeństwo nasze jest pod tym względem mało uświadomione.

Do akcji zbiórkowej trzeba w najszerszej mierze przyciągnąć młodzież, doceniając należycie momenty wychowawcze z tym związane, ale trzeba również pouczać w szkole, co z napozór nieprzydatnych przedmiotów zrobić jeszcze można.

Są przedmioty, które zbierać można w domu bez obawy zaśmiecenia mieszkania, trzeba tylko przyjąć pewien system kolekcjonowania. I tak butelki, szkła (nawet tłuczone) chować możemy w skrzyni lub koszu w piwnicy. Tak samo należy tam wynosić stare rondle, patelnie, puszki. Drobne przedmioty metalowe przeważnie z metali cenniejszych można przechowywać w pudełkach, a więc kurki mosiężne, oprawki do lamp, tuby, staniol, ołów, druty, łuski z wystrzelonych naboi, kapsułki z butelek, itp. Trzeba jednak te przedmioty segregować według metali, co oszczędzi nam dużo pracy przy oddawaniu zbiorów. Papier gazetowy i opakunkowy, książki, pisma, broszury wiążemy sznurkami. Skórki zajęcze i królicze wypełniamy papierem lub słomą, suszymy, przechowujemy w przewiewnym wolnym od myszy miejscu. Pierze chowamy do woreczków, tak samo czysto wyprane szmaty i wszelkie odpadki włókiennicze, odpowiednio posortowane.

Kości i skórki pomarańczowe nie nadają się do dłuższego przechowywania, muszą być zaraz oddawane i dlatego najlepiej tego rodzaju zbiórkę organizować z pomocą dzieci szkolnych lub za pośrednictwem sklepów spożywczych.

J. W.

Prenumerata miesięczna wynosi 50 gr., Cena egzemplarza 30 gr. Rocznie 5 zł.
Konto rozrachunkowe Nr 209. Konto PKO. Nr 18.147.
We Francji miesięcznie 3 fr. 50 c., rocznie — 40 fr. — Konto C/c Lille 38015.
Artykuły niezamówione przez redakcję nie są honorowane. Nadsyłanych rękopisów Redakcja nie zwraca.

CENY OGŁOSZEŃ: Cała strona — 300 zł; ½ — 170 zł; ¼ — 90 zł; 1/8 — 50 zł; 1/16 — 30 zł.
Za miejsce wysokości 1 mm przez szerokość szpalty za tekstem 50 gr, w tekście 70 gr.
Drobne ogłoszenia 20 gr. od wyrazu, tłustym drukiem — 30 gr.

Adres Redakcji: Warszawa I, ul. SMULIKOWSKIEGO 5 m. 8. Telefon Redakcji: 3.21-83.

Redaktorka: *Maria Wiąckowa.* Wydawca i redaktor odpowiedzialny *J. A. Wiącek.*

„Drukarnia Lekarska", Sp. z o. o. Warszawa. *Opłata pocztowa uiszczona ryczałtem.*